

# 参考資料

こ い ぬ



南小学校長 古市 敏夫

# 児童生徒の自殺

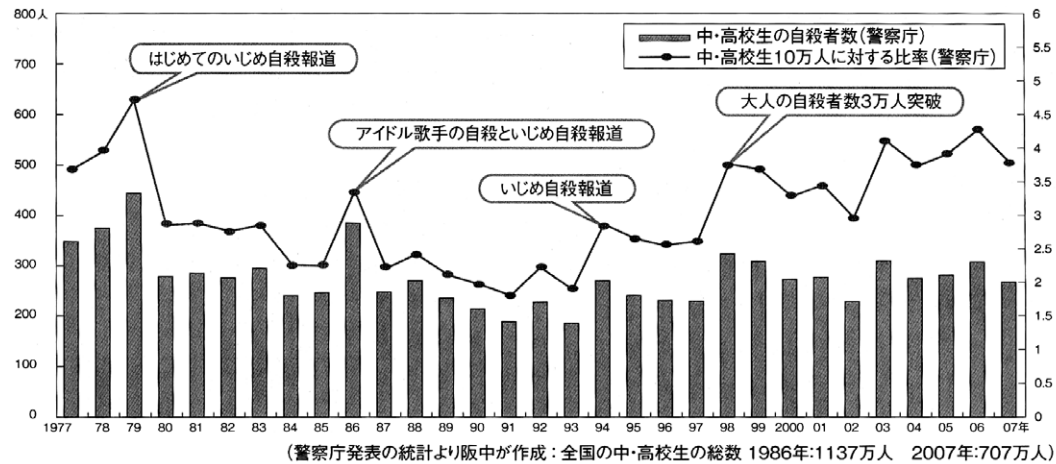
## 子供の自殺の実態

小中高校生の自殺者数は、いじめ自殺という言葉がはじめて登場した1979年やアイドル歌手の自殺やいじめ自殺の後に複数の自殺が誘発された1986年のように突出している年もありますが、毎年300人前後で推移してきました。しかし、自殺率をみると、図表1のように、最近の少子化のため上昇傾向にあります。

全自殺者の中に占める未成年者の割合は約2%ですが、全体に占める割合が小さいからといって子どもの心の問題に真剣に取り組まないでいると、大人になってから心の健康に深刻な問題を生じることにもなりかねません。

また、自殺は連鎖を呼ぶ(群発自殺)といわれますが、グラフからも子どもたちは特に他者の自殺の影響を受けやすいことがわかります。

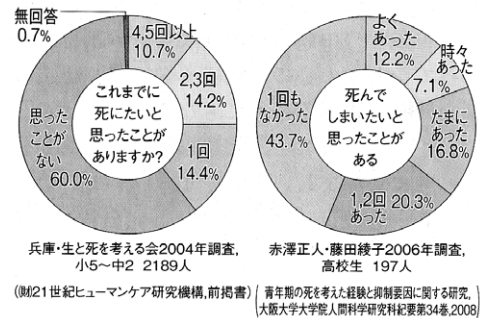
図表1 中・高校生の自殺者と自殺率



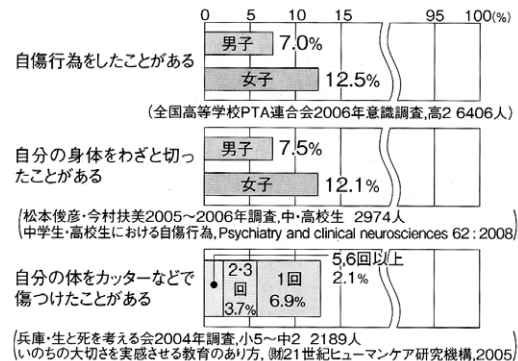
## 子どもの死に対する意識

「死にたいと思ったことがある」という子どもは、小学校の高学年から増え始め、低くみても中学生・高校生では2~3割にも達するという報告があります(図表2)。思春期・青年期の子どもたちは真剣に生きることを考え始めるからこそ、その裏返しとして死が頭をよぎり、希死念慮(死にたいという気持ち)も高まるのではないのでしょうか。

図表2 「死にたい」と思ったことのある子どもの割合



図表3 子どもの自傷行為の実態



## 自傷行為の実態

自分の身体を傷つける中学生・高校生は10%を下らないという報告があります。(図表3) 過去に1回でも自傷行為をしたことがある人は、自傷行為を認めない人に比べて、その後は、はるかに高い確率で自殺によって死亡していると言われています。たとえその時は命を落とすことのない自傷行為であったとしても、適切なケアを受けられないと、実際に死亡する行為に発展していく危険が高いことを忘れてください。

最近になって自殺が増えていることが問題になっていますが、働き盛りや高齢者の自殺に比べると、子どもの自殺には十分な関心が払われていないのが現状です。これまでのように子どもの自殺をタブー視したり、特殊な問題として片づけたりするのではなく、学校の教育活動の一環として捉え、大切な課題として向き合う時が来ています。

## 子どもと向かい合うために

児童・生徒の日常には様々な危機が潜んでいます。ですから私たち教師は子どもとの信頼関係を築き、いつでも受け入れる姿勢を示さなければなりません。さらに、子どもの小さな変化を察知する感性を磨くことも大切なことです。

どんな場合でも、私たちは子どもと向かい合うための体制を整えておく必要があります。これは校内体制の見直しチェックリストとして活用してください。

### SOSに気がつく校内体制

- 保健室や相談室は気軽に来室できる場所であるか？
  - ・相談日や相談習慣の設定
  - ・担当者や部屋の雰囲気
  - ・子どもや保護者の声のアンケート
- ちょっとしたやり取りや会話から言葉にならない声に気づけているか？
  - ・職員間の立ち話
  - ・学年会や教育相談部会での情報交換
- 多角的な視点を生かした子ども理解ができているか？
  - ・学校全体で教育している認識
  - ・事務職員、調理員、その他の職員からの情報収集

### リスク軽減のための校内体制

- 教職員等の役割分担が明確で連携できているか？
  - ・校務分掌上のひとりひとりの役割
  - ・学校としての目標の共有
- 既存の体制を別な視点から見直すと活用できないか？
  - ・アンケートやチェックリストの活用

### 危機対応のための校内体制

- 「危機対応チーム」は機能しているか？
  - ・状況に応じた構成メンバー
  - ・平常時の活動（体制やマニュアルの作成）
- 危機対応時の流れ・方針・分担等は明確になっているか？
  - ・「報告・連絡・相談・確認」の徹底
  - ・希望的観測を慎む
  - ・迅速で組織的な対応

### 1 ひどく落ち込んだら相談すること

ひとりで課題を乗り越えることは大事なことです，誰かに相談できることも生きるうえでは素晴らしい能力であることを伝えておきましょう。

### 2 友だちから相談されたら大人につなぐこと

相手の気持ちを大事にしながら話を聞き，信頼できる大人につなぐことが大切な友達を救うことになると伝えましょう。

### 3 関係機関を知っておくこと

医療・福祉・保健など各種の相談機関は，いざという時のブレーキになります。相談できる関係機関を伝えておきましょう。



## 自殺のサイン

### 自殺直前のサインとは？

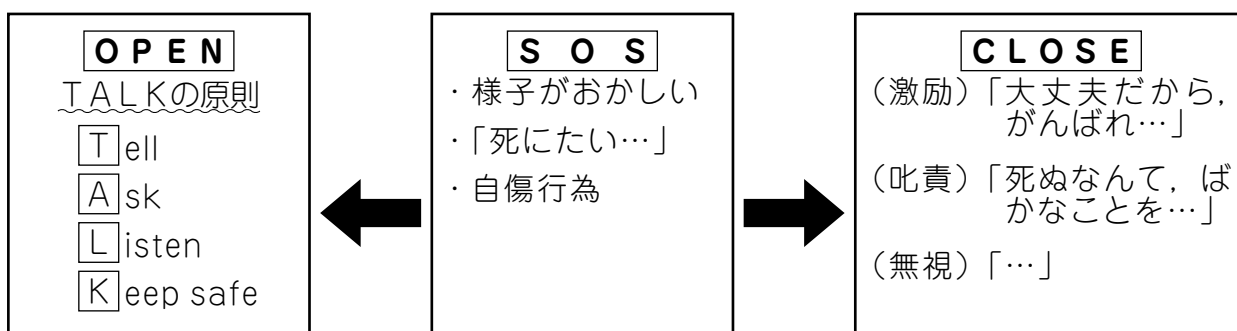
自殺の危険因子が多くみられる子どもに、普段と違った顕著な行動の変化が現れた場合には、自殺直前のサインとしてとらえる必要があります。小学校低学年くらいまでの子どもでは、言葉ではうまく表現できないことも多いので、態度に現れる微妙なサインを注意深く取り上げる必要があります。

- これまでに関心のあった事柄に対して興味を失う。
- 注意が集中できなくなる。
- いつもなら楽々できるような課題が達成できない。
- 成績が急に落ちる。
- 不安やイライラが増し、落ち着きがなくなる。
- 投げやりな態度が目立つ。
- 身だしなみを気にしなくなる。
- 健康や自己管理がおろそかになる。
- 不眠、食欲不振、体重減少などのさまざまな身体の不調を訴える。
- 自分より年下の子どもや動物を虐待する。
- 学校に通わなくなる。
- 友人との交際をやめて、引きこもりがちになる。
- 家出や放浪をする。
- 乱れた性行動に及ぶ。
- 過度に危険な行為に及ぶ。実際に大怪我をする。
- 自殺にとらわれ、自殺についての文章を書いたり、自殺についての絵を描いたりする。



以上のサインの中には、子どもではそれほどめずらしいことではないと考えられるものもあるかもしれませんが、しかし、総合的に判断することが重要です。難しいことではありますが、子どもに関わる大人は子どもの変化を的確にとらえて、自殺の危険を早い段階で察知し、適切な対応ができるようにしたいものです。

## 自殺の危機が高まった子どもへの関わり方



Tell: 言葉にして心配していることを伝える    Ask: 「死にたい」という気持ちについて率直に尋ねる  
Listen: 絶望的な気持ちを傾聴する    Keep safe: 安全を確保する

### ◎ 対応する教師の姿勢 = “チームで対応する”

#### 1 ひとりで抱え込まない

危機が高まった子どもに対応する場合、指導が行き詰まって自信を喪失したり、周囲の無理解への怒りや反発を感じたりすることがあります。こうした対応者の不安を取り除きストレスから解放するためにもチームで対応することは大切なことです。また、チームでの対応は、多くの視点からその子どもを見ることができ、危機回避への方策の発見にも功を奏します。中心となる人を決めて、役割を分担した継続的な援助をします。

#### 2 急に関係を切らない

SOSがキャッチされると対応者への依存度が急激に高まる場合があります。時にこれは対応者にプレッシャーをかけ、背負いきれない重荷になりかねません。そうならないためには、チームでの対応が必要ですが、重荷にならないような枠をあらかじめ設定し、継続的な信頼関係を保持していくことも重要なポイントです。そして急に子どもとの関係を切らないように心がけなければなりません。

#### 3 「秘密にしてほしい」と言われたら

「これは誰にも言わないで…」 「家の人には内緒にして…」などは、危機の高まった子どもや自傷行為を繰り返す子どもがよく訴える言葉です。これに対しての過剰な反応や無視や軽視は自殺のリスクを高めます。守秘義務の原則に立って連携し、共通理解を図ることが鍵になります。

#### 4 リストカット(自傷行為)への対応

リストカットなどの自傷行為が発覚した場合、自殺の危機が高まったと考えていいでしょう。この場合大切なことは、決してあわてず真摯に対応することです。専門家の意見や文献などを参考に、万が一の対応策をチームで作成し周知しておくことが必要です。

## 地域の関係機関

名称	日時	場所	連絡先
健康相談	月～金8:30～17:30	友部保健センター	0296(77)9145
		笠間保健センター	0296(72)7711
		岩間保健センター	0299(45)7888
家庭児童相談室	月～金13:00～17:30	市役所本庁 家庭児童相談室	0296(70)5411 0296(77)1101(内線194)
子ども福祉課	月～金8:30～17:30	本所子ども福祉課	0296(77)1101
		笠間支所福祉課	0296(72)1111
		岩間支所福祉課	0299(37)6611
心の相談室	月～金9:00～16:00	笠間保健サービスセンター内 心の相談室	0296(73)0710
適応指導教室	月～金9:00～16:00	かしのひろば (笠間保健サービスセンター内)	0296(73)0710
	月～金9:00～17:00	もくせい教室 (市役所敷地内)	0296(78)9151
	月～金9:00～17:00	あたごのひろば (旧岩間町役場分庁舎2階)	0299(45)0015
心の教室相談員	中学校ごとに計画	各中学校	各中学校
スクールカウンセラー	全中学校 他	各中学校 岩間第一小学校	各中学校 岩間第一小学校
教育委員会指導室	月～金8:30～17:30	教育委員会学務課 指導室	0296(77)7515
茨城いのちの電話	24時間対応	.....	029(255)1000
子どもホットライン	24時間対応	.....	029(221)8181(TEL) 029(302)2166(FAX) Kodomo@edu.pref.ibaraki.jp
いばらきこころのホットライン	9:00～16:00	県精神保健福祉センター	029(244)0556(月～金) 0120(236)556(土日7-ダイヤル)
子どもの教育相談	月～金9:00～16:30	教育研修センター	0296(78)2333
生徒指導相談室	月～金9:00～18:30	水戸教育事務所	029(221)5550 029(227)4857
水戸保健所	毎月第1月 10:00～12:00(予約制)	茨城県水戸保健所 保健指導課	029(241)0571
中央児童相談所	月～金8:30～17:00	茨城県福祉相談センター	029(221)4992

(平成24年4月1日現在)

## おわりに

「自殺をしてはいけない」ということを教えるのは、「命の大切さ」を教えること？「自殺」という言葉を出してもいいの？ 私たち作成委員は、マニュアル作成の方向性を考える際に、最初から悩んでいました。飯島教育長をはじめ、指導室の先生方のご助言をいただきながら、指導内容に基づく資料を作成し、実際に検証授業を行い、約7か月間をかけて修正を重ねてきました。笠間市の全ての児童・生徒に、「命を大切にしたい」、「社会の形成者としてたくましく成長してほしい」というメッセージを伝えたいという思いを胸に作成してきました。

同じ題材を扱っても指導者によって授業の展開が異なることも予想できますが、今回の学習指導要領の改訂の趣旨に合わせて「最低基準」と考え、実践していただければ幸いです。学校は違っても、児童・生徒一人一人の人格の完成を目指して教育に取り組んでいる笠間市の教職員の一員として、この「かがやき」をご活用いただきたいと思います。

なお、本マニュアルの作成にあたり、茨城大学教育学部の丸山広人准教授から貴重な御意見を頂戴致しました。この場をお借りしてお礼申し上げます。

作成委員 一同

作成委員	塚田 薫	友部中学校	教頭
	根本 久美子	穴戸小学校	養護教諭
	秋山 裕子	大原小学校	教諭
	仲田 郁夫	友部第二小学校	
	赤津 利治	笠間中学校	
	大口 由美子	友部第二中学校	
教育委員会担当者	木村 友明	学務課指導室	指導室長
	井坂 守	学務課指導室	指導主事
	菊池 由美	学務課指導室	指導主事
	加藤 宗治	学務課指導室	指導主事

### 笠間市自殺予防教育指導マニュアル

## 「かがやき」

### — 命の大切さを実感させる教育プログラム —

平成24年4月1日 発行

発行者 笠間市教育委員会

〒309-1792 笠間市中央三丁目2番1号

電話 0296-77-1101

印刷所 (有)テクノプラン







笠間市